



DOCUMENTO

Notas técnicas de Prevención de Riesgos Psicosociales

✓ **Antonio Luis Alcalá**

Diplomado en Relaciones Laborales
Becario de Investigación de LARPSICO



laboratorio **Observatorio**
de Riesgos Psicosociales de Andalucía



Instituto Andaluz de Prevención de Riesgos Laborales
CONSEJERÍA DE EMPLEO



Sumario

Listado de riesgos psicosociales	2
Estrés	2
Ordinario	2
Térmico	7
Burnout	10
Tecnoestrés	15
Violencia.....	16
De terceros	16
Acoso moral	17
Acoso sexual	19
Adicciones.....	20
Listado por Factores de Riesgo Psicosocial	21
Listado por métodos de evaluación	24

A continuación, se expondrá una lista con las Notas Técnicas de Prevención que hay en materia de **riesgos psicosociales**:

Listado de riesgos psicosociales

Estrés

Ordinario

NTP 318: El estrés: proceso de generación en el ámbito laboral

Número	318
---------------	-----

Año	1993
------------	------

Autores	Félix Martín Daza Licenciado en Psicología
----------------	---

Resumen	<p>Esta Nota Técnica de Prevención ofrece una exposición teórica tanto de los factores y procesos que toman parte en la generación de relaciones que se establecen entre ellos.</p> <p>Pretende resaltar los puntos de acuerdo entre varios autores y destacar algunas de las diferencias más importantes entre varios modelos teóricos de manera que, ofrezca al lector los conceptos básicos utilizados por las distintas teorías y facilitar un análisis más amplio y más preciso de esta problemática.</p>
----------------	--

Enlace	http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/301a400/ntp_318.pdf
---------------	---

NTP 349: Prevención del estrés: intervención sobre el individuo

Número 349

Año 1994

Autores Félix Martín Daza
Licenciado en Psicología

Resumen El individuo, en distintos ámbitos de su vida, se ve sometido a múltiples presiones que le generan estrés. Una de las fuentes más importantes de estas presiones está relacionada con el desarrollo del trabajo. En general, el trabajo en una empresa está sujeto a unas condiciones y una forma de organización que no están determinadas por las capacidades, necesidades o expectativas del individuo, sino que se estructura en orden a otro tipo de factores (tecnología, exigencias productivas...). No obstante, el hecho de que la organización de una empresa favorezca la aparición del estrés no es debido, la mayoría de las veces, a unas exigencias inapelables del proceso productivo; generalmente la causa se encuentra en un deficiente diseño de la organización, que minusvalora la importancia de los recursos humanos de la empresa.

Se plantea, por lo tanto, la necesidad de una intervención para paliar esta situación. Esta intervención podría dirigirse a modificar ciertos aspectos de la organización del trabajo o a fomentar la capacidad de adaptación del individuo.

Enlace http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/301a400/ntp_349.pdf

NTP 355: Fisiología del estrés

Número 355

Año 1994

Autores Silvia Nogareda Cuixart
Licenciada en Medicina y Cirugía
Esp. Medicina de Empresa

Resumen El objetivo de esta NTP es dar una visión sobre los procesos fisiológicos que se producen en el organismo ante una situación o un estímulo estresante. El conocimiento de dicho proceso facilitará la labor preventiva al poder detectar indicadores precoces de deterioro de la salud.

El organismo siempre se encuentra en un estado de estrés mínimo que, ante determinadas situaciones, se incrementa pudiendo producir un efecto beneficioso o negativo, dependiendo de si la reacción del organismo es suficiente para cubrir una determinada demanda o ésta "supera" a la persona. Este nivel de equilibrio dependerá de los factores individuales (disposición biológica y psicológica) de las distintas situaciones y experiencias.

Enlace http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/301a400/ntp_355.pdf

NTP 438: Prevención del estrés: intervención sobre la organización

Número 438

Año 1997

Autores Félix Martín Daza
Licenciado en Psicología

Resumen Esta Nota Técnica de Prevención viene a añadirse a las ya aparecidas sobre el tema del estrés laboral. NTP 318, 349 y 355, en las que se ha definido el concepto de estrés y los factores que lo provocan, se han descrito las posibilidades de intervención sobre el individuo y se ha dado una visión de los procesos fisiológicos del estrés, respectivamente. El objetivo de esta NTP es presentar una serie de indicaciones para la actuación frente al estrés desde la organización.

El estrés es un problema que se da en el individuo debido a diferentes causas relacionadas con distintas facetas de su vida. Una de estas facetas es el trabajo. El hecho de que gran parte de las condiciones en las que el individuo desarrolla su actividad laboral pueden convertirse en fuentes de estrés hace que merezca especial atención este ámbito.

Enlace http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/401a500/ntp_438.pdf

NTP 603: Riesgo psicosocial: el modelo demanda-control-apoyo social (I)

Número 603

Año 2003

Autores Sofía Vega Martínez
Lda. en Psicología

Resumen En esta NTP se presenta el modelo de riesgo psicosocial elaborado por R. Karasek et al. En concreto, se describen las dimensiones que lo componen, las interacciones que pueden darse entre ellas, y varios datos recientes sobre la exposición en trabajadores europeos y españoles. Se complementa con la NTP 604 donde se presenta información sobre los efectos en la salud, el cuestionario de evaluación y las recomendaciones preventivas derivadas del modelo.

Enlace http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/601a700/ntp_603.pdf

NTP 604: Riesgo psicosocial: el modelo demanda-control-apoyo social (II)

Número 604

Año 2003

Autores Sofía Vega Martínez
Lda. en Psicología

Resumen En esta nota continuación de la NTP 603 se abordarán aspectos más prácticos relativos a la utilidad preventiva: los efectos en la salud, los instrumentos de evaluación psicosocial, y las pautas de intervención preventiva en la empresa.

Enlace http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/601a700/ntp_604.pdf

Térmico

NTP 322: Valoración del riesgo de estrés térmico: índice WBGT

Número 322

Año 1993

Autores Pablo Luna Mendaza:
Ldo. en Ciencias Químicas

Resumen La existencia de calor en el ambiente laboral constituye frecuentemente una fuente de problemas que se traducen en quejas por falta de confort, bajo rendimiento en el trabajo y, en ocasiones, riesgos para la salud.

El riesgo de estrés térmico, para una persona expuesta a un ambiente caluroso, depende de la producción de calor de su organismo como resultado de su actividad física y de las características del ambiente que le rodea, que condiciona el intercambio de calor entre el ambiente y su cuerpo. Cuando el calor generado por el organismo no puede ser emitido al ambiente, se acumula en el interior del cuerpo y la temperatura de éste tiende a aumentar, pudiendo producirse daños irreversibles.

Enlace http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/301a400/ntp_322.pdf

NTP 350: Evaluación del estrés térmico. Índice de sudoración requerida

Número 350

Año 1994

Autores Pablo Luna Mendaza:
Ldo. en Ciencias Químicas

Resumen Esta Nota Técnica de Prevención describe un sistema de cálculo e interpretación de los resultados para la valoración del riesgo de estrés térmico, que aporta mayor exactitud que el conocido método del índice WBGT y cuyo campo de aplicación debería extenderse a aquellas situaciones en las que la valoración previa y rápida mediante dicho índice WBGT revelase una situación de probable riesgo de estrés térmico (ver NTP-322.1993).

Asimismo se pretende actualizar la NTP-18.1982, en la que se describía el método de Belding y Hatch, aportando, como sustitutiva de dicho método, una sistemática aceptada internacionalmente y normalizada a través de la ISO/7933.1989, de la que se ha extraído la mayor parte del contenido de este documento.

Enlace http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/301a400/ntp_350.pdf

NTP 462: Estrés por frío: evaluación de las exposiciones laborales

Número 462

Año 1997

Autores Pablo Luna Mendaza:
Ldo. en Ciencias Químicas

Resumen La exposición laboral a ambientes fríos (cámaras frigoríficas, almacenes fríos, trabajos en el exterior, etc.) depende fundamentalmente de la temperatura del aire y de la velocidad del aire. El enfriamiento del cuerpo o de los miembros que quedan al descubierto puede originar hipotermia o su congelación. Es relativamente desconocido el sistema de valorar la magnitud del riesgo que supone el trabajo en ambientes fríos por lo que en este documento se informa de la tendencia actual al respecto, proporcionando una herramienta, que aunque todavía no es objeto de Norma, si que se ha estudiado por la International Standard Organización (ISO) en forma de documento de base.

Enlace http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/401a500/ntp_462.pdf

Burnout

NTP 445: Carga mental de trabajo: fatiga

Número 445

Año 1997

Autores M^a Isabel de Arquer
Licenciada en Psicología

Resumen La presente nota técnica de prevención (NTP) se centra específicamente en la fatiga en tanto que es un resultado de la interacción persona-trabajo, considerando que el término trabajo engloba las tareas a realizar y las condiciones de desempeño. Más concretamente, alude a la fatiga que refieren las personas que tienen una carga de trabajo principalmente mental, la cual suele acompañarse de unas exigencias físicas de sedentarismo postural además de las exigencias de tratamiento de información y de aplicación de funciones cognitivas en intensidad variable (actividades mentales de comprensión, razonamiento, solución de problemas; movilización de recursos como la atención, la concentración, la memoria, etc.). En apariencia, dichos trabajos parecen cómodos y descansados, lo cual contrasta con las molestias y el cansancio que manifiestan quienes los desempeñan.

Enlace http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/401a500/ntp_445.pdf

NTP 575: Carga mental de trabajo: indicadores

Número 575

Año 2001

Autores M^a Isabel de Arquer y Clotilde Nogareda
Licenciadas en Psicología

Resumen En el diseño de cualquier sistema de trabajo es importante el ajuste y la adecuación entre las exigencias de actividad mental necesarias para la ejecución del trabajo, y las capacidades de desempeño de la persona. Si no se da tal ajuste, si las exigencias (perceptivas y cognitivas) son inadecuadas, pueden aparecer señales de disfunción del sistema de trabajo; estas señales se pueden expresar en la persona, por ejemplo, en síntomas diversos de fatiga, disminución de la motivación, sentimientos de ansiedad, etc. Interesa lograr un buen ajuste y, por ello, interesa buscar algunas formas de valoración del grado de adecuación entre las exigencias de actividad mental que comporta la realización del trabajo y las posibilidades de respuesta de la persona que lo desempeña.

Enlace http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/501a600/ntp_575.pdf

NTP 659: Carga mental de trabajo: diseño de tareas

Número 659

Año 2005

Autores M^a Isabel de Arquer y Clotilde Nogareda
Licenciadas en Psicología

Resumen En esta Nota Técnica se abordan algunos principios que conviene tener presentes en el diseño de tareas, al configurar las exigencias de tratamiento de información de los puestos de trabajo, por su repercusión en la carga de trabajo mental y en la fatiga.

En una descripción de puestos de trabajo se deben reflejar explícitamente las exigencias de tratamiento de información, las cualidades de ésta (complejidad, claridad, cantidad, exactitud) y en qué condiciones de espacio, de tiempo y de organización se producen (sistemas de soporte de la información, de ayuda en la toma de decisiones y de retroalimentación, procedimientos de trabajo, medios y ayudas disponibles, mecanismos de intercomunicación, coordinación y control, distribución temporal de exigencias de atención y tratamiento de información, pausas, etc.).

Enlace http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/601a700/ntp_659.pdf

NTP 704: Síndrome de estar quemado por el trabajo o "burnout" (I): definición y proceso de generación

Número 704

Año 2006

Autores Manuel Fidalgo Vera
Licenciado en Psicología

Resumen Desde la óptica de la prevención de riesgos laborales y desde los conocimientos existentes en la actualidad sobre la materia, se pretende exponer de modo claro y sintético aquellos aspectos conceptuales, causales y de proceso, relacionados con el síndrome de estar quemado por el trabajo (SQT). En la NTP siguiente (parte II) se tratarán las consecuencias, la evaluación y la prevención del burnout.

Enlace http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/701a750/ntp_704.pdf

NTP 705: Síndrome de estar quemado por el trabajo o "burnout" (II): definición y proceso de generación

Número 705

Año 2006

Autores Manuel Fidalgo Vera
Licenciado en Psicología

Resumen Desde la óptica de la prevención de riesgos laborales y desde los conocimientos existentes en la actualidad sobre la materia, se pretende dar a conocer aquellos aspectos relativos a las consecuencias, la evaluación, la prevención y la intervención del al síndrome de estar quemado por el trabajo (SQT).

Enlace http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/701a750/ntp_705.pdf

NTP 720: El trabajo emocional: concepto y prevención

Número	720
Año	2007
Autores	Esther Gracia, Isabel M. Martínez, Marisa Salanova y Clotilde Nogareda y Equipo de Investigación WoNT Prevención Psicosocial icenciadas y Doctoras en Psicología
Resumen	En esta Nota Técnica se resumen los resultados obtenidos en un trabajo desarrollado sobre este tema a través de una ayuda del Ministerio de Ciencia y Tecnología. Se define el concepto de trabajo emocional, enmarcado en el concepto de exigencias de la tarea, y que se diferencia de los esfuerzos físicos o intelectuales a los cuales se ha prestado atención hasta el momento.
Enlace	http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/701a750/ntp_720.pdf

NTP 732: Síndrome de estar quemado por el trabajo "Burnout" (III): Instrumento de medición

Número	732
Año	2007
Autores	Edgar Bresó Esteve , Marisa Salanova ,Wilmar Schaufeli ,Clotilde Nogareda y Equipo de Investigación WoNT Prevención Psicosocial Licenciados y Doctores en Psicología
Resumen	En las NTP 704 y 705 se define el concepto del síndrome de "burnout" y se facilitan criterios para su prevención. En esta Nota Técnica, tras unas consideraciones de los autores, para seguir profundizando en el tema, se presenta un instrumento de medida útil para la evaluación del "burnout" en todo tipo de trabajos.
Enlace	http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/701a750/ntp_732.pdf

Tecnoestrés

NTP 730: Tecnoestrés: concepto, medida e intervención psicosocial

Número 730

Año 2007

Autores Marisa Salanova , Susana Llorens , Eva Cifre , Clotilde Nogareda y Equipo de Investigación WoNT Prevención Psicosocial
Doctoras y Licenciadas en Psicología

Resumen El objetivo de esta Nota Técnica es describir qué es el tecnoestrés entendido como un "daño psicosocial" susceptible de poderse prevenir en las organizaciones y así evitar sus consecuencias dañinas. En esta NTP se ofrecerá un instrumento válido y fiable para la detección y medida del tecnoestrés, así como estrategias de intervención psicosocial para su prevención.

Enlace http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/701a750/ntp_730.pdf

Violencia

De terceros

NTP 489: Violencia en el lugar de trabajo

Número 489

Año 1998

Autores Jesús Pérez Bilbao: Ldo. en Psicología y Ldo. en Derecho
Clotilde Nogareda Cuixart: Lda. en Psicología

Resumen La presente NTP aborda la problemática de los comportamientos violentos de los que pueden ser víctimas las personas por razón de su trabajo. Se ofrece una clasificación de los tipos de violencia y se propone unos criterios para el análisis del riesgo y una serie de medidas preventivas de carácter genérico. Finaliza la NTP con unos apuntes sobre la legislación española sobre la materia.

Enlace http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/401a500/ntp_489.pdf

Acoso moral

NTP 476: El hostigamiento psicológico en el trabajo: mobbing

Número 476

Año 1998

Autores Félix Martín Daza y Jesús Pérez Bilbao
Licenciados en Psicología

Resumen Una organización de trabajo implica la reunión de un grupo de personas, más o menos grande, con un fin común, lo que la convierte en una organización social. En las organizaciones de trabajo suelen estar contempladas las relaciones que deben establecerse entre los distintos individuos y grupos para la realización de la tarea encomendada. Sin embargo, la existencia de otros tipos de relaciones, distintas de las meramente productivas, entre los distintos individuos de una empresa, así como el desarrollo formal de todas las relaciones en general, es algo que no suele merecer atención al no ser aspectos directamente relacionados con la realización del trabajo.

Un conjunto de problemas originados a partir de las relaciones que se establecen entre los trabajadores de una organización de trabajo han sido conceptualizados con la denominación de mobbing.

Enlace http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/401a500/ntp_476.pdf

NTP 854: Acoso psicológico en el trabajo: definición

Número 854

Año 2010

Autores Manuel Fidalgo Vega, Yolanda Gallego Fernández, Ramón Ferrer Puig, Clotilde Nogareda Cuixart, Gabriel Pérez Zambrana: Licenciados y Doctores en Psicología
Ramona García Maciá: Licenciada en Medicina

Resumen En la actualidad, coexisten distintas definiciones del concepto “acoso psicológico en el trabajo (APT) o mobbing”. La falta de homogeneidad de las mismas, así como la ambigüedad de algunos conceptos descritos puede inducir a errores de interpretación que no permiten una correcta delimitación del problema. Por ello, se presenta una definición operativa de APT desde el marco técnico de la Prevención de Riesgos Laborales, elaborada por este grupo de trabajo, con el objeto de facilitar un marco conceptual que permita al especialista identificar y discriminar el acoso psicológico en el trabajo de otro tipo de situaciones. Esta NTP actualiza los conceptos de la NTP 476.

Enlace <http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/821a921/854%20web.pdf>

Acoso sexual

NTP 507: Acoso sexual en el trabajo

Número 507

Año 1999

Autores Jesús Pérez Bilbao: Ldo. en Psicología y Ldo. en Derecho
Tomás Sancho Figueroa: Ldo. en Psicología

Resumen La presente NTP aborda la problemática del acoso sexual en el lugar de trabajo. Siguiendo las recomendaciones de la Organización Internacional del Trabajo (OIT) y la Comisión Europea sobre esta materia se ofrece una definición y clasificación del acoso sexual y se propone una serie de medidas preventivas y de actuación. Finaliza la NTP con unos apuntes sobre la legislación española sobre la materia.

Enlace http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/501a600/ntp_507.pdf

Adicciones

NTP 759: La adicción al trabajo

Número 759

Año 2008

Autores Marisa Salanova , Susana Llorens , Wilmar Schaufeli , Mario del Líbano, Manuel Fidalgo y Equipo de Investigación WoNT Prevención Psicosocial
Licenciados y Doctores en Psicología

Resumen En esta Nota Técnica se describe un daño psicosocial emergente: la adicción al trabajo. Se define el concepto, se describen sus características y qué aspectos del trabajo “potencian” la adicción. Por último, se trata su diagnóstico y la aplicación de medidas preventivas.

Enlace <http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/752a783/759.pdf>

Listado por Factores de Riesgo Psicosocial

NTP 443: Factores psicosociales: metodología de evaluación

Número 443

Año 1997

Autores Félix Martín Daza y Jesús Pérez Bilbao
Licenciados en Psicología

Resumen El concepto de factores psicosociales hace referencia a aquellas condiciones que se encuentran presentes en una situación laboral y que están directamente relacionadas con la organización, el contenido del trabajo y la realización de la tarea, y que tienen capacidad para afectar tanto al bienestar o a la salud (física, psíquica o social) del trabajador como al desarrollo del trabajo. Así pues, unas condiciones psicosociales desfavorables están en el origen de la aparición tanto de determinadas conductas y actitudes inadecuadas en el desarrollo del trabajo como de determinadas consecuencias perjudiciales para la salud y para el bienestar del trabajador.

Las consecuencias perjudiciales sobre la salud o el bienestar del trabajador que se derivan de una situación en la que se dan unas condiciones psicosociales adversas o desfavorables son el estrés (con toda la problemática que lleva asociada), la insatisfacción laboral, problemas de relación, desmotivación laboral, etc.

Enlace http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/401a500/ntp_443.pdf

NTP 450: Factores psicosociales: fases para su evaluación

Número 450

Año 1997

Autores Margarita Oncins de Frutos y Antonia Almodóvar Molina
Licenciada en Ciencias de la Educación y Licenciada en Sociología

Resumen El objetivo de esta NTP es explicar el procedimiento a seguir cuando se evalúan las condiciones psicosociales, remarcando que dicha evaluación no es un objetivo en sí mismo, sino que lo que se busca es hacer un diagnóstico de la situación de trabajo para pasar luego a una intervención que puede ser global o diferenciada. Es decir, planteando la intervención sobre la estructura y sistemas organizativos, comunicativos y de poder, o bien actuando sobre el individuo: su aprendizaje, motivación, actitudes, toma de conciencia y capacidad de decisión.

Enlace http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/401a500/ntp_450.pdf

NTP 534: Carga mental de trabajo: factores

Número 534

Año 1999

Autores M. Isabel de Arquer
Lda. en Psicología

Resumen La realización del trabajo comporta la aplicación de diversas capacidades y destrezas físicas y mentales. Aparentemente, muchos trabajos parecen «cómodos y descansados», ajenos a presiones de tiempo y de producción, exentos de esfuerzos inadecuados por exceso o por defecto; pero esto puede ser una mera apariencia que, en ocasiones, no se corresponde ni con la realidad, ni con la percepción de quienes desempeñan tales trabajos, ni con las diversas molestias y el cansancio que refieren.

Enlace http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/501a600/ntp_534.pdf

NTP 702: El proceso de evaluación de los factores psicosociales

Número 702

Año 2006

Autores Clotilde Nogareda
Licenciada en Psicología

Resumen En esta Nota Técnica de Prevención se describen los aspectos que deben tenerse en cuenta en el momento de abordar la evaluación de los riesgos laborales de índole psicosocial. Los contenidos que aquí se desarrollan complementan los que se incluyen en la NTP 450.

Enlace http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/701a750/ntp_702.pdf

Listado por métodos de evaluación

NTP 544: Estimación de la carga mental de trabajo: el método NASA TLX

Número 544

Año 2001

Autores Isabel de Arquer y Clotilde Nogareda
Licenciadas en Psicología

Resumen Los sistemas complejos modernos exigen elevadas demandas de la persona: a menudo se introducen nuevas tecnologías para aliviar unas exigencias muy elevadas o para dar respuesta a una elevada demanda de producción. Sin embargo un exceso de automatización puede comportar la exclusión del ser humano del conjunto operativo y a pesar de ello, no reducir la carga de trabajo, sino que puede dar lugar a niveles de exigencia que van más allá de las capacidades humanas, en concreto, de las capacidades cognitivas y de toma de decisiones.

Así pues nos encontramos en una situación en la que el desempeño del trabajo exige un estado de atención (capacidad de «estar alerta») y de concentración (capacidad de estar pendiente de una actividad o un conjunto de ellas durante un periodo de tiempo) y, cuando se realiza conscientemente y con cierta continuidad, da lugar a la carga mental.

Enlace http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/501a600/ntp_544.pdf

NTP 703: El método COPSOQ (ISTAS21, PSQCAT21) de evaluación de riesgos psicosociales

Número 703

Año 2006

Autores Salvador Moncada i Lluís, Clara Llorens Serrano, ISTAS, Tage S Kristensen, Sofía Vega Martínez, Instituto Nacional de Salud Ocupacional de Dinamarca

Resumen En esta NTP se presenta un nuevo método de evaluación de riesgos psicosociales: sus bases conceptuales, características y estructura, forma de uso como herramienta para la evaluación de riesgos, así como la presentación de resultados que proporciona.

En términos de prevención de riesgos laborales, los factores psicosociales representan la exposición (o los factores de riesgo), la organización del trabajo el origen de ésta, y el estrés el precursor del efecto (enfermedad o trastorno de salud que pueda producirse y que debemos prevenir).

Enlace http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/701a750/ntp_703.pdf

NTP 823: Sistema de Análisis Triangular del Acoso (SATA): un método de análisis del acoso psicológico en el trabajo

Número 823

Año 2010

Autores Manuel Lucas Sebastián Cárdenas y Manuel Fidalgo Vega
Licenciados en Psicología

Resumen Dada la carencia actual de herramientas y de metodología específica dirigida a analizar posibles situaciones de acoso psicológico en el trabajo, esta Nota Técnica pretende dar un paso en este sentido y presentar el método SATA. Puede ser un instrumento que ayude a los profesionales de la psicología a valorar esta problemática, también desde la perspectiva preventiva.

Enlace <http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/821a921/823%20web.pdf>